

ÉTLAP

HUNGAST

Kérlek még!

AJKA

Óvoda

2020. 03. 02.–2020. 03. 08.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Vaníliás tej
Kakaós kalács

Allergének:
1,3,7

EN:315
ZS: 6,5 TZS: 3,5 FH: 9,9
SZH:50,5 CK:24,3 SÓ: 0,6

Gyümölcsstea
Körözött
Félbarna kenyér
Jégcsapretek

Allergének:
1,7,12

EN: 207
ZS: 3,1 TZS: 1,6 FH: 7,9
SZH:35,1 CK: 7,5 SÓ: 0,9

Gyümölcsstea
Sajtkrém
Zsemle
Paradicsom

Allergének:
1,7,12

EN: 231
ZS: 4 TZS: 2,2 FH:8
SZH:38,5 CK: 8,7 SÓ: 0,9

Tej
Szilva extra dzsem
Margarin
Félbarna kenyér

Allergének:
1,7

EN: 300
ZS: 5,4 TZS: 2,4 FH: 9,5
SZH:48,6 CK: 22,5 SÓ: 1,1

Gyümölcsstea
Főtt tojás
Margarin
Félbarna kenyér
Retek

Allergének:
1,3,12

EN: 211
ZS: 4,3 TZS: 1,2 FH: 6,1
SZH: 34,2 CK: 7,6 SÓ: 1

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Tojásleves
Lecsós pulyka ragu
Párolt rizs
Narancs

Allergének:
1,3

EN:492
ZS: 20,9 TZS: 3,6 FH: 18,1
SZH:56,1 CK:10,3 SÓ: 1,5

Csontleves
Szezámmagos szárnyas roló
Sárgaborsó főzelék
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,3,9,11

EN: 505
ZS: 12,7 TZS: 2,2 FH: 26,3
SZH:64,8 CK: 0,4 SÓ: 2,5

Sertés raguleves
Túrós derelye
Vaníliás tejföl
Alma

Allergének:
1,3,7,9

EN: 604
ZS: 14,5 TZS: 5 FH:20,3
SZH:93,8 CK: 19,2 SÓ: 2,2

Zellerleves
Temesvári szárnyas ragu
Teljes kiőrlésű kenyér
Petrezselymes rizs

Allergének:
1,3,7,9

EN: 456
ZS: 12,8 TZS: 3 FH: 18,9
SZH:64 CK: 1,9 SÓ: 2,3

Limonádé
Rántott csirkemell
Burgonyapüré
Vegyes saláta

Allergének:
1,3,7,12

EN: 514
ZS: 8,3 TZS: 2,3 FH: 25,4
SZH: 80,1 CK: 17,6 SÓ: 1,4

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Magyaros vajkrém
Teljes kiőrlésű kenyér
Kígyóuborka

Allergének:
1,7

EN:176
ZS: 5,1 TZS: 2,9 FH: 4,5
SZH:26,3 CK:0,8 SÓ: 0,9

Edami sajt
Margarin
Kifli

Allergének:
1,7

EN: 245
ZS: 9,9 TZS: 5,6 FH: 12,1
SZH:26,6 CK: 1,1 SÓ: 1,1

Gépsonka
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,6

EN: 167
ZS: 3,8 TZS: 1,1 FH:6,8
SZH:26,2 CK: 0,5 SÓ: 1,2

Soproni felvágott
Margarin
Zsemle
Zöldpaprika

Allergének:
1,6

EN: 213
ZS: 5,6 TZS: 1,7 FH: 7,2
SZH:30,9 CK: 0,7 SÓ: 1,2

Gyümölcsös joghurt
Teljes kiőrlésű kifli

Allergének:
1,7

EN: 195
ZS: 2 TZS: 1,2 FH: 7,5
SZH: 35 CK: 13,5 SÓ: 0,7

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztzennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének:

1. Glutént tartalmazó gabonafélék; 2. Rákfélék; 3. Tojás; 4. Hal; 5. Földimogyoró; 6. Szójabab; 7. Tej (beleértve a laktózt); 8. Diófélék; 9. Zeller; 10. Mustár; 11. Szezámmag; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfürt; 14. Puhatestűek.
Kérünk, az ételk allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstet biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért előre is elnézésedet kérjük, megértésedet köszönjük.
Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN (számított energia; kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), TZS (telített zsírsav; g/adag), FH (fehérje; g/adag), SZH (szénhidrát; g/adag), CK (cukor; g/adag), SÓ (só; g/adag)

*A csillaggal jelölt ételek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.

ÉTLAP

AJKA

Óvoda

2020. 03. 09.–2020. 03. 15.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Tej Briós	Gyümölcsstea Baromfi párizsi Margarin Teljes kiőrlésű kenyér	Gyümölcsstea Majonézos tojáskrém Teljes kiőrlésű kenyér Répaghasáb	Tej Gabonapehely	Gyümölcsstea Húspástétom Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborka		
<u>Allergének:</u> 1,3,6,7	<u>Allergének:</u> 1,6,12	<u>Allergének:</u> 1,3,7,10,12	<u>Allergének:</u> 1,6,7	<u>Allergének:</u> 1,12	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:267 ZS: 7 SZH:37,7 TZS: 3,9 CK:13,5 FH: 10,1 SÓ: 0,6	EN: 201 ZS: 4,7 SZH:33,1 TZS: 0,8 CK: 7,5 FH: 6,1 SÓ: 1,2	EN: 216 ZS: 4,3 SZH:36 TZS: 1 CK: 8,8 FH:5,5 SÓ: 0,9	EN: 178 ZS: 3,9 SZH:25,2 TZS: 2 CK: 16,2 FH: 7 SÓ: 0,3	EN: 199 ZS: 3,5 SZH: 34,7 TZS: 1,4 CK: 8,7 FH: 5,7 SÓ: 1,1	EN: ZS: SZH: TZS: CK: FH: SÓ:	EN: ZS: SZH: TZS: CK: FH: SÓ:

EBÉD

Erőleves Székelykáposzta Teljes kiőrlésű kenyér	Alföldi tésztaleves <u>Stroganoff csirkescsók*</u> Párolt rizs	Fejtett bableves Sajtos-tejfölös tészta Alma	Daragaluska leves Rakott karfiol	Paradicsomleves Panírozott halrudacska Snidlinges burgonya <u>Majonézos tavaszi saláta*</u>		
<u>Allergének:</u> 1,3,7,9	<u>Allergének:</u> 1,3,7,9,10	<u>Allergének:</u> 1,3,7,9	<u>Allergének:</u> 1,3,7,9	<u>Allergének:</u> 1,3,4,7,9,10,12	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:415 ZS: 22,3 SZH:35,2 TZS: 6,3 CK:2,8 FH: 15,6 SÓ: 3,4	EN: 498 ZS: 23,3 SZH:53 TZS: 4,3 CK: 1,1 FH: 17,4 SÓ: 1,5	EN: 509 ZS: 19,8 SZH:59,5 TZS: 8,5 CK: 9,7 FH:19 SÓ: 0,8	EN: 439 ZS: 23,4 SZH:36,7 TZS: 6,2 CK: 2,1 FH: 16,7 SÓ: 0,8	EN: 547 ZS: 19,7 SZH: 71,3 TZS: 3,7 CK: 16,1 FH: 16,3 SÓ: 1,3	EN: ZS: SZH: TZS: CK: FH: SÓ:	EN: ZS: SZH: TZS: CK: FH: SÓ:

UZSONNA

Kenőmájás Kifli Zöldpaprika	Pritaminos sajtkrém Szezámagos zsemle Póréhagyma Körte	Csemege szalámi Margarin Zsemle	Trappista sajt szelet Margarin Teljes kiőrlésű kifli Retek	Natúr joghurt Sajtos stangli		
<u>Allergének:</u> 1,6,7,10	<u>Allergének:</u> 1,7,11	<u>Allergének:</u> 1	<u>Allergének:</u> 1,7	<u>Allergének:</u> 1,6,7	<u>Allergének:</u>	<u>Allergének:</u>
EN:200 ZS: 6,6 SZH:27,2 TZS: 0,2 CK:1,1 FH: 7 SÓ: 0,9	EN: 252 ZS: 5,4 SZH:41,2 TZS: 2,4 CK: 13,4 FH: 8,4 SÓ: 0,8	EN: 217 ZS: 7,1 SZH:29,8 TZS: 2,6 CK: 0,7 FH:6,7 SÓ: 1,1	EN: 230 ZS: 10,5 SZH:21,2 TZS: 5,9 CK: 0,3 FH: 10,9 SÓ: 1,8	EN: 392 ZS: 8,4 SZH: 63,9 TZS: 5,3 CK: 9 FH: 14,2 SÓ: 1	EN: ZS: SZH: TZS: CK: FH: SÓ:	EN: ZS: SZH: TZS: CK: FH: SÓ:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztzennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének:

1. Glutént tartalmazó gabonafélék; 2. Rákfélék; 3. Tojás; 4. Hal; 5. Földimogyoró; 6. Szójabab; 7. Tej (beleértve a laktózt); 8. Diófélék; 9. Zeller; 10. Mustár; 11. Szezám; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek.
Kérünk, az étel allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kizsoltgást végző munkatársainkál! Diétás étkezéstetét biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért előre is elnézésedet kérjük, megértésedet köszönjük.
Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN (számított energia; kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), TZS (telített zsírsav; g/adag), FH (fehérje; g/adag), SZH (szénhidrát; g/adag), CK (cukor; g/adag), SÓ (só; g/adag)

*A csillaggal jelölt ételek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.

ÉTLAP

HUNGAST

Kérlek még!

AJKA

Óvoda

2020. 03. 16.–2020. 03. 22.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Tej
Magyorós krém
Félbarna kenyér

Allergének:
1,6,7,8

EN:333
ZS: 9,4 TZS: 5,1 FH: 10,1
SZH:47,6 CK:21,2 SÓ: 1,1

Gyümölcsstea
Túrókrém
Félbarna kenyér
Póréhagyma

Allergének:
1,7,12

EN: 209
ZS: 2,8 TZS: 1,6 FH: 8,1
SZH:35,9 CK: 7,5 SÓ: 0,9

Gyümölcsstea
Mediterrán tonhalkrém
Zsemle
Paradicsom

Allergének:
1,4,6,7,10,12

EN: 217
ZS: 2,6 TZS: 1,3 FH:8
SZH:38,3 CK: 8,3 SÓ: 0,9

Tejeskávé
Fonott kalács

Allergének:
1,3,7

EN: 309
ZS: 6,3 TZS: 3,4 FH: 9,6
SZH:49,5 CK: 23,5 SÓ: 0,6

Gyümölcsstea
Főtt tojás
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér
Kígyóborka

Allergének:
1,3,12

EN: 210
ZS: 4,6 TZS: 1,4 FH: 6,2
SZH: 33,2 CK: 7,6 SÓ: 0,8

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Karalábéleves
Csikós szárnyas tokány
Párolt rizs

Allergének:
1,3,7

EN:490
ZS: 22,4 TZS: 4,9 FH: 17,8
SZH:52,4 CK:0,6 SÓ: 1,4

Zsúrmóka leves
Főtt tojás
Zöldborsófőzelék
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,3,7

EN: 487
ZS: 19,9 TZS: 5,4 FH: 18,8
SZH:50,7 CK: 7,7 SÓ: 1,9

Frankfurti leves
Mákos metélt
Teljes kiőrlésű kenyér
Banán

Allergének:
1,6,7,8,9,11,12

EN: 649
ZS: 14,3 TZS: 3,2 FH:18,6
SZH:108,7 CK: 42,9 SÓ: 1,2

Zöldség krémleves
Leves gyöngy
Hagymás csirkemáj
Tört burgonya
Csemege uborka

Allergének:
1,3,7,9,10,12

EN: 486
ZS: 22 TZS: 4,8 FH: 18,8
SZH:49,5 CK: 4 SÓ: 3,3

100%-os gyümölcsle
Grillfűszeres csirkemell
Sajtmártás
Karottás rizs

Allergének:
1,7,10

EN: 499
ZS: 17,2 TZS: 3,7 FH: 24,5
SZH: 60,4 CK: 24,2 SÓ: 1,3

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Zöldfűszeres vajkrém
Teljes kiőrlésű kifli
Zöldpaprika

Allergének:
1,7

EN:159
ZS: 5,2 TZS: 2,9 FH: 4,6
SZH:21,7 CK:0,7 SÓ: 0,8

Zala felvágott
Margarin
Zsemle

Allergének:
1,6

EN: 212
ZS: 5,5 TZS: 1,5 FH: 6,9
SZH:30,5 CK: 0,7 SÓ: 1,2

Reszelt sajt
Margarin
Félbarna kenyér

Allergének:
1,7

EN: 245
ZS: 10,2 TZS: 5,7 FH:10,6
SZH:26,5 CK: 0,4 SÓ: 1,5

Gépsonka
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér
Retek

Allergének:
1,6

EN: 170
ZS: 3,8 TZS: 1,1 FH: 7
SZH:26,7 CK: 0,5 SÓ: 1,3

Túró desszert
Alma

Allergének:
6,7

EN: 113
ZS: 4,4 TZS: 3,4 FH: 1,8
SZH: 16 CK: 14,9 SÓ: 0

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztzennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének:

1. Glutént tartalmazó gabonafélék; 2. Rákfélék; 3. Tojás; 4. Hal; 5. Földimogyoró; 6. Szójabab; 7. Tej (beleértve a laktózt); 8. Diófélék; 9. Zeller; 10. Mustár; 11. Szezám; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfürt; 14. Puhatestűek.
Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársainknál! Diétás étkezéstet biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért előre is elnézsedet kérjük, megértésedet köszönjük.
Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN (számított energia; kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), TZS (telített zsírsav; g/adag), FH (fehérje; g/adag), SZH (szénhidrát; g/adag), CK (cukor; g/adag), SÓ (só; g/adag)

*A csillaggal jelölt ételek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.



ÉTLAP

AJKA

Óvoda

2020. 03. 23.–2020. 03. 29.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

Kakaós tej
Vajkrém
Zsemle

Allergének:
1,7

EN:347
ZS: 8,2 TZS: 4,6 FH: 11,2
SZH:52 CK:22,3 SÓ: 1,1

Tej
Méz
Margarin
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,7

EN: 307
ZS: 5,6 TZS: 2,6 FH: 9,6
SZH:51,2 CK: 26 SÓ: 1

Gyümölcsstea
Padlizsánkrém
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,3,10,12

EN: 209
ZS: 5,6 TZS: 0,7 FH:3,9
SZH:34,2 CK: 8,1 SÓ: 0,9

Tej
Fatörzs kifli

Allergének:
1,3,7

EN: 265
ZS: 6,5 TZS: 3,5 FH: 9,9
SZH:37,7 CK: 13,4 SÓ: 0,6

Gyümölcsstea
Tojáskrém
Teljes kiőrlésű kenyér
Paradicsom

Allergének:
1,3,7,10,12

EN: 205
ZS: 3,5 TZS: 1,5 FH: 5,6
SZH: 34,9 CK: 8,7 SÓ: 0,8

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

EBÉD

Reszelt tésztalevés
Pritaminos csirkeragu
Petrezselymes rizs

Allergének:
1,7,9

EN:420
ZS: 16,6 TZS: 2,9 FH: 16,5
SZH:50,5 CK:1 SÓ: 1,2

Magyaros karfiollevés
Paradicsomos húsgombóc
Főtt burgonya
Félbarna kenyér

Allergének:
1,3,9,12

EN: 478
ZS: 16,3 TZS: 3,9 FH: 16,8
SZH:63,4 CK: 12,6 SÓ: 0,8

Tárkonyos pulykabecsinált
levés
Káposztás kocka
Alma

Allergének:
1,3,7,9,12

EN: 485
ZS: 13,2 TZS: 2,5 FH:19,2
SZH:70,3 CK: 16,5 SÓ: 0,3

Zöldséges burgonyaleves
Borsos szárnyas tokány
Lencsefőzelék
Teljes kiőrlésű kenyér

Allergének:
1,3,7,9,10,12

EN: 591
ZS: 13,7 TZS: 2,9 FH: 31,5
SZH:81,1 CK: 6,2 SÓ: 2,1

Panírozott halrudacska
Burgonyapüré
Csemege uborka
Csokoládés puding

Allergének:
1,4,7,10,12

EN: 534
ZS: 14,2 TZS: 4 FH: 19,3
SZH: 75,1 CK: 19,8 SÓ: 2,9

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

UZSONNA

Kenőmájas
Teljes kiőrlésű kenyér
Kígyóuborka

Allergének:
1,6,10

EN:193
ZS: 6,3 TZS: 0,2 FH: 6,4
SZH:25,9 CK:0,4 SÓ: 1

Olasz felvágott
Margarin
Szezámagos zsemle
Retek

Allergének:
1,6,11

EN: 216
ZS: 7,3 TZS: 2 FH: 7,2
SZH:28 CK: 0,7 SÓ: 1,1

Trappista sajtszelet
Margarin
Zsemle
Zöldpaprika

Allergének:
1,7

EN: 269
ZS: 10,3 TZS: 5,7 FH:11,5
SZH:30,4 CK: 0,7 SÓ: 1,8

Füstölt baromfi párizsi
Margarin
Félbarna kenyér
Sörretek

Allergének:
1

EN: 192
ZS: 6 TZS: 1,9 FH: 6,1
SZH:27,2 CK: 0,4 SÓ: 1,3

Kockasajt
Kifli

Allergének:
1,7

EN: 233
ZS: 9,2 TZS: 5,6 FH: 8,2
SZH: 28,4 CK: 2,6 SÓ: 1,4

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Allergének:

EN:
ZS: TZS: FH:
SZH: CK: SÓ:

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztzennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének:

1. Glutént tartalmazó gabonafélék; 2. Rákkfélék; 3. Tojás; 4. Hal; 5. Földimogyoró; 6. Szójabab; 7. Tej (beleértve a laktózt); 8. Diófélék; 9. Zeller; 10. Mustár; 11. Szezám; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfűrt; 14. Puhatestűek.
Kérünk, az ételek allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársaink! Diétás étkezéstet biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért előre is elnézésedet kérjük, megértésedet köszönjük.
Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN (számított energia; kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), TZS (telített zsírsav; g/adag), FH (fehérje; g/adag), SZH (szénhidrát; g/adag), CK (cukor; g/adag), SÓ (só; g/adag)

*A csillaggal jelölt ételek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.

ÉTLAP

HUNGAST

Kérlek még!

AJKA

Óvoda

2020. 03. 30.–2020. 04. 05.

hétfő

kedd

szerda

csütörtök

péntek

szombat

vasárnap

TÍZÓRAI

<p>Tej Barack extra dzsem Margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:299 ZS: 5,4 TZS: 2,4 FH: 9,5 SZH:48,4 CK:22,3 SÓ: 1,1</p>	<p>Gyümölcsstea Körözött Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,12</p> <p>EN: 204 ZS: 3,4 TZS: 1,8 FH: 7,7 SZH:33,8 CK: 7,5 SÓ: 0,8</p>	<p>Tejeskávé Kakaós kalács</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7</p> <p>EN: 310 ZS: 6,5 TZS: 3,5 FH:10 SZH:49 CK: 23,4 SÓ: 0,6</p>	<p>Tej Vajkrém Kifli Répagasáb</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 287 ZS: 8,4 TZS: 4,7 FH: 10,9 SZH:37,8 CK: 10,8 SÓ: 1</p>	<p>Gyümölcsstea Főtt tojás Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Zöldpaprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,12</p> <p>EN: 212 ZS: 4,6 TZS: 1,4 FH: 6,2 SZH: 33,4 CK: 7,6 SÓ: 0,8</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>
--	---	--	---	---	--	--

EBÉD

<p>Lebbencsleves Csirkepörkölt Tökfőzelék Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,12</p> <p>EN:460 ZS: 16,9 TZS: 3,6 FH: 17,7 SZH:55,6 CK:8,5 SÓ: 2,7</p>	<p>Sertés húsgombóc leves Gránátos kocka Cékla</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,9,10,12</p> <p>EN: 490 ZS: 18,2 TZS: 3,2 FH: 15,6 SZH:64,3 CK: 6,3 SÓ: 2,2</p>	<p>Tojásleves Zöldborsós sertés ragu Petrezselymes rizs Alma</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3</p> <p>EN: 477 ZS: 17,8 TZS: 2,5 FH:19,3 SZH:58,6 CK: 7,6 SÓ: 1,2</p>	<p>Csontleves Szárnys vagdalt Burgonyapüré Káposztasaláta Teljes kiőrlésű kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1,3,7,9,12</p> <p>EN: 566 ZS: 14,4 TZS: 3,2 FH: 22,8 SZH:80,4 CK: 6,9 SÓ: 3,0</p>	<p>Brokkoli krémleves Pírtott magvak Fűszeres paradicsomos csirkemell Kukoricás rizs</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7,11</p> <p>EN: 427 ZS: 14,8 TZS: 2,4 FH: 25,3 SZH: 47 CK: 3,8 SÓ: 0,6</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>
--	---	--	--	---	--	--

UZSONNA

<p>Sajtkrém Kifli Kaliforniai paprika</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN:188 ZS: 4,4 TZS: 2,4 FH: 8 SZH:28 CK:2 SÓ: 0,8</p>	<p>Sertés párizsi Margarin Zsemle Retek</p> <p><u>Allergének:</u> 1,6</p> <p>EN: 195 ZS: 4,6 TZS: 0,8 FH: 6,1 SZH:30,7 CK: 0,7 SÓ: 1,2</p>	<p>Edami sajt Margarin Teljes kiőrlésű kenyér Kígyóborka</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 241 ZS: 9,7 TZS: 5,6 FH:11,8 SZH:25,9 CK: 0,4 SÓ: 1,3</p>	<p>Csirkemell sonka Margarin Félbarna kenyér</p> <p><u>Allergének:</u> 1</p> <p>EN: 170 ZS: 2,7 TZS: 0,6 FH: 7,1 SZH:26,7 CK: 0,4 SÓ: 1,2</p>	<p>Gyümölcsös joghurt Kifli</p> <p><u>Allergének:</u> 1,7</p> <p>EN: 220 ZS: 2,3 TZS: 1,2 FH: 8 SZH: 40,9 CK: 14,4 SÓ: 0,7</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>	<p><u>Allergének:</u></p> <p>EN: ZS: TZS: FH: SZH: CK: SÓ:</p>
--	--	---	---	--	--	--

Az ételsoroknál az azokban szándék szerint jelen lévő allergének kerültek feltüntetésre. Az ételsorokban keresztzennyeződéssel előfordulhatnak a következő allergének:

1. Glutént tartalmazó gabonafélék; 2. Rákfélék; 3. Tojás; 4. Hal; 5. Földimogyoró; 6. Szójabab; 7. Tej (beleértve a laktózt); 8. Diófélék; 9. Zeller; 10. Mustár; 11. Szezám; 12. Kén-dioxid; 13. Csillagfürt; 14. Puhatestűek.
Kérünk, az ételk allergén tartalmáról, valamint a diétás étlapról érdeklődj kiszolgálást végző munkatársaink! Diétás étkezéstet biztosítunk. A szükség szerinti étlapváltoztatásért előre is elnézésedet kérjük, megértésedet köszönjük.
Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN (számított energia; kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), TZS (telített zsírsav; g/adag), FH (fehérje; g/adag), SZH (szénhidrát; g/adag), CK (cukor; g/adag), SÓ (só; g/adag)

*A csillaggal jelölt ételek fényképes receptje honlapunkon (www.hungast.hu) megtekinthető.

